16.008 Knedľa kysnutá so žemľou
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polohrubá	5,30	5,30	6,70	6,70	7,50	7,50	8,50	8,50
múka na dosku	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20
vajcia	8	0,40	10	0,50	12	0,60	14	0,70
olej	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
soľ	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20
droždie	0,25	0,25	0,30	0,30	0,35	0,35	0,40	0,40
mlieko	3,80	3,80	4,50	4,50	5,30	5,30	6,10	66,10
žemle	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50	0,60	0,60
hmotnosť porcie v g	100		125		140		155	

Receptúra

Výrobný postup

Žemle nakrájame na kocky a nasucho opečieme v rúre. Do preosiatej múky pridáme soľ, vajcia a v malom množstve mlieka vykysnuté droždie. S vlažným mliekom vypracujeme cesto, pridáme opečenú žemľu a necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto rozdelíme na pomúčenej pracovnej doske na rovnaké diely, vyformujeme rovnaké knedle a necháme ešte kysnúť. Varíme na pare asi 20 minút. Uvarené knedle po vybratí popicháme vidličkou, potrieme olejom, aby sa nezlepili a vychladnuté krájame na plátky. Poukladáme ich do paráka a udržujeme v teple.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	993	238	7,28	2,7	0,6	44,6	1,5	59,2	0,8	0,016	0,1	0,1	0,4	0,5
B	1256	301	9,07	3,6	0,9	56,1	1,9	70,6	0,9	0,020	0,1	0,1	0,5	0,6
C	1399	336	10,25	3,9	0,9	62,6	2,0	83,0	1,1	0,023	0,1	0,1	0,6	0,7
D	2777	667	31,02	13,7	1,2	100,3	2,3	820,8	3,5	0,117	0,3	1,1	7,3	1,4